

Studie vor dem zweiten Lockdown: Mangelhafte Einhaltung des Mindestabstands während des Trainings im Fitnessstudio

In den Fitnessstudios werden ab sofort wieder die ersten Lockerungsübungen gemacht. Fraglich ist, ob die Hygienestandards dann besser umgesetzt werden als vor dem Lockdown. Denn im Oktober 2020 stellten zwei Studentinnen des Bachelorstudiengangs Betriebswirtschaft der SRH Hochschule Heidelberg im Rahmen des Moduls „Statistik“ in einer verdeckten Beobachtungsstudie fest: Insbesondere jüngere Besucher der Fitnessstudios halten sich nicht an die Hygienevorgaben.

Heidelberg, 17.05.2021

„Wir wollten herausfinden, wie die Hygieneregeln der Studios von den Trainierenden umgesetzt werden und welche Maßnahmen wieviel Beachtung finden“, erklärt Alexandra-Evelin Dortmann, die wie ihre Kommilitonin Paula Kulusic in ihrer Freizeit Fitnesssport betreibt.

Bei der Erhebung, die im Oktober 2020 in zwei Heidelberger Fitnessstudios durchgeführt wurde, bewerteten die Studentinnen in einer verdeckten, passiven Fremdbeobachtung 60 Trainierende anhand von vier zuvor festgelegten Kriterien: Die Nutzung der Händedesinfektion beim Betreten des Studios, die adäquate Nutzung eines Handtuchs auf den Geräten, die anschließende Reinigung der Geräte mit Desinfektionsmitteln sowie die Wahrung des Mindestabstands zu anderen Trainierenden während des Aufenthalts im Studio.

Die Studienergebnisse zeigen signifikante Unterschiede in der Einhaltung der Hygienemaßnahmen, vor allem zwischen den Altersgruppen über und unter 30 Jahren: Während die unter 30-Jährigen im Schnitt nur zwei bis drei der Regeln beachteten, hielten die über 30-Jährigen drei Vorschriften und mehr ein. Besonders bei der Nutzung des Handtuchs wurde die unterschiedliche Einhaltung der Regeln zwischen den Altersgruppen deutlich. So bedeckten nahezu alle über 30-Jährigen die Sportgeräte während des Trainings an den relevanten Stellen, dahingegen befolgten nur 75 Prozent der jüngeren Trainierenden diese Vorschrift.

Das erstaunlichste Ergebnis zeigte sich bei der Maßnahme des Mindestabstands: Nur etwa die Hälfte aller Beobachteten hielt sich an die 1,5-Meter-Regelung und kam anderen Trainierenden während ihres Trainings nicht zu nah. Bei den unter 30-jährigen wurde diese Hygieneverordnung sogar nur zu 40 Prozent eingehalten.

„Wir vermuten, dass die Jüngeren weniger von der Krankheit an sich betroffen sind. Vielleicht sind deshalb einige leichtsinniger im Umgang mit der Situation“, erklärt Alexandra-Evelin Dortmann dazu. Ihr Professor Benedikt Römmelt, der die Studie anleitete, betont: „Um einen erneuten Lockdown zu vermeiden, müssen wir uns alle noch weiterhin disziplinieren. Insbesondere die Einhaltung des Mindestabstands beim Sport fällt zu vielen zu schwer. Schon aus Eigeninteresse dürfen die Betreiber von Fitnessstudios nicht müde werden, immer wieder auf die bestehenden Hygienemaßnahmen hinzuweisen. Ein nächster Lockdown dürfte zahlreichen Studios das Genick brechen.“ So bleibe zu hoffen, dass die Besucher nach der erneuten Öffnung der Fitnessstudios mehr Sportsgeist beweisen.

SRH Hochschule Heidelberg

Als eine der ältesten und bundesweit größten privaten Hochschulen bieten wir 38 innovative Studiengänge in den Bereichen Informatik, Medien und Design, Wirtschaft, Ingenieurwesen und Architektur, Sozial-, Rechts- und Therapiewissenschaften sowie Psychologie an. Dabei stehen wir für innovative Lehre: Das deutschlandweit einzigartige Studienmodell, das CORE-Prinzip

(Competence Oriented Research and Education), wurde 2018 vom Stifterverband der Deutschen Wissenschaft und der Volkswagenstiftung mit dem Genius Loci-Preis für Leherzellen ausgezeichnet. Rund 3.600 Studierende bereiten sich hier kompetenzorientiert auf ihr Berufsleben vor. Die SRH Hochschule Heidelberg ist staatlich anerkannt und wurde vom Wissenschaftsrat akkreditiert. Wir sind Teil eines starken Netzwerks von insgesamt acht SRH Hochschulen, als deren Gesellschafterin die SRH Higher Education GmbH fungiert.

SRH | Gemeinsam für Bildung und Gesundheit

Als Stiftung mit führenden Angeboten in den Bereichen Bildung und Gesundheit begleiten wir Menschen auf ihren individuellen Lebenswegen. Unserer Leidenschaft fürs Leben folgend, helfen wir ihnen aktiv bei der Gestaltung ihrer Zukunft, hin zu einem selbstbestimmten Leben. Mit über 16.000 Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen sowie 1,1 Mio. Kunden erwirtschaften wir einen Umsatz von mehr als 1 Mrd. Euro. Sitz der Stiftung ist Heidelberg.

Bilder:



Bildunterschrift: Die BWL-Studentinnen Paula Kulusic (links) und Alexandra-Evelin Dortmann stellten in einer Beobachtungsstudie im Oktober 2020 fest, dass in den Fitnessstudios der Mindestabstand nicht immer eingehalten wird. Die Bilder stehen zur redaktionellen Verwendung im Zusammenhang mit der SRH Hochschule Heidelberg frei zur Verfügung: <https://cloud.srh.de/s/N8JtWi288MenPQP>